

Institut Feldenkrais d'éducation somatique

À Montréal, Québec, Canada

Juin 2010

Formation avancée pour praticiens- enseignants Feldenkrais

avec **Yvan Joly**, M.A. (Psy.)

Psychologue et praticien formateur de la Méthode Feldenkrais®

Dates: 21 au 25 Juin, Lundi au Vendredi

En option: Dimanche le 20 juin, observation et discussion de leçons d'IF avec Yvan

**Thème: Leçons Feldenkrais pour le système nerveux autonome:
entre la relaxation et l'excitation, le stress et la tranquillité, le mal-aise et le bien-être**

Que ce soit en PCM ou en IF, nous nous intéressons à la qualité et à l'efficacité des mouvements qui sont sous le contrôle du système nerveux. Nous avons également un impact sur les fonctions neuro-végétatives et sur le système nerveux autonome ou involontaire qui assure la respiration et le tonus musculaire, mais aussi la circulation sanguine, la digestion, la sexualité, l'immunité, le sommeil, les émotions, la gestion du stress et tout ce qui concerne notre état de santé et la qualité de notre vie.

Dans cet atelier, nous passerons en revue les fonctions du système nerveux autonome et mettrons en évidence la pertinence et les stratégies de la Méthode Feldenkrais comme intervention d'équilibre de ce système dont la partie sympathique et la partie parasympathique sont en constante interaction, entre relaxation et excitation. Des leçons seront choisies et étudiées de façon à mettre en évidence non seulement notre intérêt pour les mouvements intentionnels, mais aussi pour les processus involontaires et le métabolisme de base.

Formule: quotidiennement, leçons de PCM et pratiques d'IF, exposés, travail en équipe.

Coût: Inscription anticipée, si **payée avant le 15 Avril:** (\$600 CAN or \$550 US)

après le 15 avril: (\$700 CAN or \$650 US)

NOTE: Les leçons d'IF avec Yvan le Dimanche 20 Juin sont à 120\$ CAN ou 110\$ US.
Les observateurs sont bienvenus s'ils sont inscrits à la formation et sans frais en plus.

Local: NOUVEAU: 4855 rue Boyer, local 235 (près Boulevard St-Joseph, métro Laurier)

Horaire:

Dimanche, 20 juin, leçons d'IF optionnelles:	9:30 AM à 5:00 PM
Lundi, 21 juin, première journée de l'atelier:	10:30 AM à 5:30 PM
Mardi, mercredi, jeudi, 22-23-24 juin:	9:30 AM à 5:30 PM
Vendredi 25 juin, dernier jour de la post-formation:	9:00 AM à 2:00 PM

(Nombre total d'heures de post-formation: 30 heures)

(Nombre d'heures optionnelles pour l'observation des leçons d'IF: 5 heures)

Information et inscription: (faites vos chèques à l'ordre de: **Yvan Joly**)

NICOLE AUBRY, CFP,

980 rue Franchère, Longueuil, Québec, J4J 5B5, Canada

Téléphone: 1-450-674-1405

ADRESSE COURRIEL DE NICOLE: nic.aubry@videotron.ca

www.yvanjoly.com "ateliers pour praticiens"